



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»  
(МАУ ДО «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182113,  
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708,  
e-mail: [ekspress@mart.ru](mailto:ekspress@mart.ru)

Введено в действие приказом  
от « 1 » марта 2023г. № 44/17

Утверждаю:  
Директор МАУ ДО «СШОР «Экспресс»  
С.Н. Поварешенков /С.Н. Поварешенков/



**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о количестве обучающихся в группах, их возрастных категориях и  
продолжительности учебно- тренировочных занятий  
Муниципального автономного учреждения дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»**

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о количестве обучающихся в группах, их возрастных категориях и продолжительности учебно- тренировочных занятий Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о количестве обучающихся в группах, их возрастных категориях и продолжительности учебно- тренировочных занятий Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс» (далее - Положение) определяет количество обучающихся в группах, их возрастные категории и продолжительность учебно- тренировочных занятий в группах по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в МАУ ДО «СШОР «Экспресс» (далее – Учреждение)

1.2. Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Закон об образовании),

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта бокс, самбо, дзюдо, тхэквондо, ММА, каратэ, кикбоксинг, баскетбол, волейбол, теннис, хоккей, футбол, фигурное катание на коньках, нормативно-правовыми документами образовательного учреждения,

- Приказом Министерства спорта Российской Федерации № 634 от 03.08.2022 г. «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки,

- Федеральным законом от 04.12.2007 г. №329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

**Количество обучающихся в группах**

1.3. В Учреждении образовательная деятельность может осуществляться по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта: бокс, самбо, дзюдо, тхэквондо, ММА, каратэ, кикбоксинг, баскетбол, волейбол, теннис, хоккей, футбол, фигурное катание на коньках.

1.4. Количество обучающихся по видам спорта:

	Вид спорта	Этап, год обучения	Наполняемость групп
1.	Бокс	Этап начальной подготовки (НП)	10
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	8
		Этап совершенствования спортивного мастерства	4
		Этап высшего спортивного мастерства	1
2.	Самбо	Этап начальной подготовки	12
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	6
		Этап совершенствования спортивного	2
		Этап высшего спортивного мастерства	1

3.	Кикбоксинг	Этап начальной подготовки	12
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	10
4.	ММА «Смешанное боевое единоборство»	Этап начальной подготовки	12
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	10
		Этап совершенствования спортивного мастерства	3
		Этап высшего спортивного мастерства	1
5.	Тхэквондо МФТ	Этап начальной подготовки	12
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	8
6.	Дзюдо	Этап начальной подготовки	10
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	6
		Этап совершенствования спортивного мастерства	1
		Этап высшего спортивного мастерства	1
7.	Баскетбол	Этап начальной подготовки	15
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	12
		Этап совершенствования спортивного мастерства	6
8.	Волейбол	Этап начальной подготовки	14
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	12
9.	Хоккей	Этап начальной подготовки	14
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	10
10.	Теннис	Этап начальной подготовки	8
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	6
11.	Футбол	Этап начальной подготовки	14
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	12
		Этап совершенствования спортивного мастерства	6
12.	Фигурное катание на коньках	Этап начальной подготовки	10
13.	Каратэ	Этап начальной подготовки	12

1.5. Допускается превышение максимальной наполняемости учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся с учетом наполняемости.

Возрастные границы обучающихся проходящих спортивную подготовку в отделениях

	Отделение	Этап, год обучения	Возрастные границы
1.	Бокс	Этап начальной подготовки (НП)	9
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	12

		Этап совершенствования спортивного мастерства	14
		Этап высшего спортивного мастерства	16
2.	Самбо	Этап начальной подготовки	10
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	12
		Этап совершенствования спортивного мастерства	14
		Этап высшего спортивного мастерства	16
3.	Кикбоксинг	Этап начальной подготовки	10
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	11
4.	ММА «Смешанное боевое единоборство»	Этап начальной подготовки	10
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	12
		Этап совершенствования спортивного мастерства	16
		Этап высшего спортивного мастерства	17
5.	Тхэквондо МФТ	Этап начальной подготовки	7
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	10
6.	Дзюдо	Этап начальной подготовки	7
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	11
		Этап совершенствования спортивного мастерства	14
		Этап высшего спортивного мастерства	16
7.	Баскетбол	Этап начальной подготовки	8
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	11
		Этап совершенствования спортивного мастерства	14
8.	Волейбол	Этап начальной подготовки	8
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	11
9.	Хоккей	Этап начальной подготовки	8
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	11
10.	Теннис	Этап начальной подготовки	7
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	9
11.	Футбол	Этап начальной подготовки	7
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	10
		Этап совершенствования спортивного мастерства	14
12.	Фигурное катание на коньках	Этап начальной подготовки	6
13.	Каратэ	Этап начальной подготовки	10



#### 4. Продолжительность учебно- тренировочных занятий

- 4.1. Продолжительность одного учебно- тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в астрономических часах.
- 4.2. При проведении более одного учебно- тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.
- 4.3. В часовой объем учебно- тренировочного занятия входят теоретические, практические, медико -биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.
- 4.4. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапе совершенствования спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.
- 4.5. Тренировочный год в Учреждении составляет 52 недели.
- 4.6. Продолжительность учебно- тренировочного занятия составляет:

Бокс						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234 312	312 416	624 728	832-936	1040-1248	1248-1664

Баскетбол						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-14	14-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-728	728-936	1040-1248	1248-1664

Дзюдо						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-14	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234 312	312 416	520 728	832-936	1040-1248	1248-1664

Кикбоксинг						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	832-936	1040-1248	1248-1664

ММА						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-14	12-18	16-24	20-32
Общее количество часов в год	234 312	312 416	416 728	624-936	832-1248	1040-1664

<b>Самбо</b>						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	832-936	1040-1248	1248-1664

<b>Теннис</b>						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	832-936	1040-1248	1248-1664

<b>Тхэквондо</b>						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-14	14-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-728	728-936	1040-1248	1248-1664



<b>Фигурное катание</b>						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебнотренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	6-8	8-10	10-12	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	312 416	416 520	520-624	832-936	1040-1248	1248-1664

<b>Футбол</b>						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-12	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312 416	520-624	832-936	1040-1248	1248-1664

<b>Хоккей</b>						
Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	832-936	1040-1248	1248-1664

## **5. Заключительные положения**

5.1. Настоящее Положение о количестве обучающихся в группах, их возрастных категориях и продолжительности учебно- тренировочных занятий Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс» является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете Учреждения и утверждается приказом директора.

5.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее положение, оформляются в письменном виде в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

5.3. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.